



# ききょう便り

H17夏号(第3号)

わっしょい わっしょい

横塚祭



今年も横塚祭が盛大に行われました。まだ梅雨の明けない蒸し暑い日でしたが天候にも恵まれ、みこし渡御の出発点であるききょうの里にもたくさんの方が来て下さいました。午後3時の出発でしたが、1時頃からの準備時間を利用して子ども達には、ヨーヨー釣りやくじ引きなどで楽しんでもらいました。

ききょうの里の入所者の方は年に1回の横塚祭を心待ちにしています。そして今年も賑やかに地域の方とお祭りを楽しめたことを喜んでいきます。出発時間になり、「わっしょい わっしょい」という威勢のよい、かけ声を聞きながら、来年も横塚祭のみこし渡御の勇姿が見られることを願い、いつまでも見送っている入所者の方の笑顔がありました。

## 横塚祭の笑顔たち



こども神輿だって大人神輿に負けないぞ！！

それ「わっしょい わっしょい」  
「おまえ、ちゃんと担いでるか？」  
「おまえこそ……」

「ヨーヨーは取ったし、次はどこへ行く？」

「ちょっとまって、写真を撮ってからね〜💕」

カメラ目線での笑顔がかわいいですね



「かき氷片手にアイスクリームももらおっと……どれがいいかな」  
「私はじっくり見て選ぶうっと」  
「私はよく見えないよ〜……」

「私も出店で、この指輪をもらいました。ステキでしょ」

「いいなあ〜。私ももらってくれば良かった。まだあるかなあ？」

「俺は指輪よりも祭だ〜祭だ〜」





## えっ！10月より値上げ?? 入所者家族説明会のご案内



来年の4月に介護保険制度の改定が予定されていますが、部屋代(居室費)の徴収、食費の負担額変更については10月より前倒して行われます。そこで、下記の日程で入所者のご家族を対象に説明会を実施します。ご家族の皆様には、自己負担額の変更であり、新聞、テレビ等の報道では、“高くなる”印象があり不安の事と思います。できるかぎり、ご利用者ごとに具体的な予定額を提示できるように努めますので、是非、ご参加下さい。また、説明会は二回行いますので、ご都合の良い日を選び、担当までご連絡下さいますようお願い申し上げます。

記

- 一回目 **9月4日(日) 13時～14時** ききょうの里会議室  
※この日は、敬老食事を11時30分より行います。  
併せてご出席下さい。
- 二回目 **9月7日(水) 19時～20時** ききょうの里会議室



担当 ききょうの里生活相談員 高橋・星野  
電話 0278(23)8831

## ききょうデイサービスセンター



7月は買い物行事を行いました。昨年より個別に対応できるようにと2週間程度の期間で1日3～4人の少人数でゆっくりと買い物できるようにしました。

ボランティアの方もお願いし、場所はベイシア・しまむら・キャンドゥの中から選んで頂きました。参加された利用者からは「ゆっくり買い物できた。」と好評でした。また、職員もマンツーマンで対応し、コミュニケーションを多く取れたので、利用者をよく知ると言う点で新しい一面を発見したりと、良い機会となりました。



8月は3～5日にききょうデイサービス恒例の夏祭りを計画しています。毎年マスコットを決め、そのマスコットのまんどを作ります。今年は現在開催中の愛・地球博のマスコット「モリゾー」のまんどを作って、施設内を練り歩きます。同期間に「沼田祭」も行われるので、利用者の方にお祭りを満喫してもらえるように盛り上げたいと思います。

## 🎵 ボランティア紹介 🎵 絵手紙 霜垣ユミ子先生

今回は絵手紙教室の霜垣ユミ子先生を紹介します。先生は平成12年から絵手紙を教え始め、現在は自宅に「はなふぶき工房」という教室も開く傍ら、講師・ボランティアとしても活躍されています。ききょうの里には絵手紙を教え始めた平成12年頃から月に1度来ていただいています。



先生持ち前の明るさとパワフルさで利用者の方からも人気があります。先生のおっしゃる「絵手紙の特徴」とは、①お手本なし、②ぶっつけ本番、③よく見て大きく描く、④描いたらすぐポストへ出す、⑤ヘタでいいヘタがいい。と初めての方でも皆が自分の思いや個性をだし、気持ちよく描けるようにと教えて下さいます。その絵手紙からは、「人と人とのつながり」を大切にされる先生の人柄が伺えました。

\*\*\*\*\*

### 栄養士おすすめの夏バテ予防



昔から「土用の丑」にウナギを食べると夏バテしないと言われていています。暑い盛りはスタミナ満点のウナギと体力の回復に効果のある酢を使った「ウナギの酢の物」をオススメします。

作り方は簡単！！キュウリモみとウナギを二杯酢（酢、醤油、出し 2：1：1）で和えればできあがりです。

これに黒糖をお茶うけとすれば夏バテ対策に最適です。黒糖はビタミンとミネラルが豊富の上、血糖値の急上昇を抑え、余分な糖を排出する優れた食品です。

また、酢類は疲労を回復させる働きがあります。そのため当施設でも青梅を40K g程使用して「手作り梅ジュース」を利用者の方に飲んで頂いています。さっぱりして食欲増進の効果もあるため人気があります。

### 編集後記

8月を迎え第3号（夏号）の発行になりました。

7月は今回特集した**横塚祭**があり、普段お世話になっている同じ町内の方にもたくさん来ていただきました。

小さなお子さんから大人の方まで来て下さり、ヨーヨーや綿菓子、ポップコーンなどの出店やゲームなどを一緒に楽しむ機会を持てたことで、利用者の方も大変喜んでいらっしゃいました。

これからも気軽に来ていただけるような施設、地域に開かれた施設として活動していきたいと思えます。今後ともよろしく願いいたします。

また、**8/8(月)**

**18:30**より

ききょうの里の庭で**花火大会**をします。近所の方はお出かけ下さい。